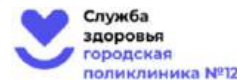


ФЕСТИВАЛЬ ПРОЕКТОВ

РАВНЫЙ УЧИТ РАВНОГО



ГАУЗ ТО «Городская поликлиника №12»

Совершенствование программы мотивации и привлечения населения к здоровому образу жизни и снижению массы тела «Я худею!»

КУРАТОР ПРОЕКТА : Рязанова Евгения Александровна



Ryazanova_EA@polyclinic12.ru



+8 (3452) 56-12-01



ТЮМЕНЬЗДРАВ
2024

ПРИКАЗ О СОЗДАНИИ РАБОЧЕЙ ГРУППЫ В МО

Начало проекта



Сроки реализации



Этапы реализации проекта



1. Подготовительный этап:

- Определение проблемы
- Определение цели и путей ее решения
- Генерация решений в виде разработки мотивационной программы, положения и др. документов

2. Этап внедрения проекта:

- Проведение корпоративного конкурса-эстафеты «Я худею!» среди сотрудников МО
- Подведение итогов конкурса-эстафеты
- Отработка основных звеньев проекта

3. Заключительный этап:

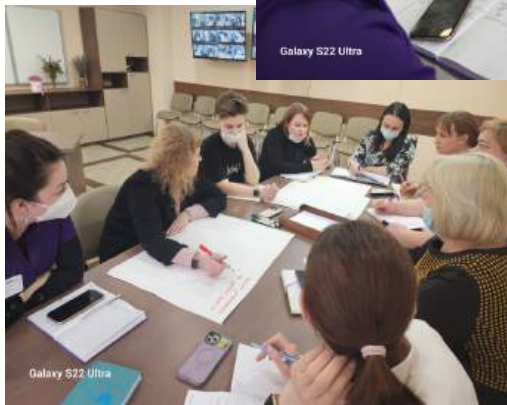
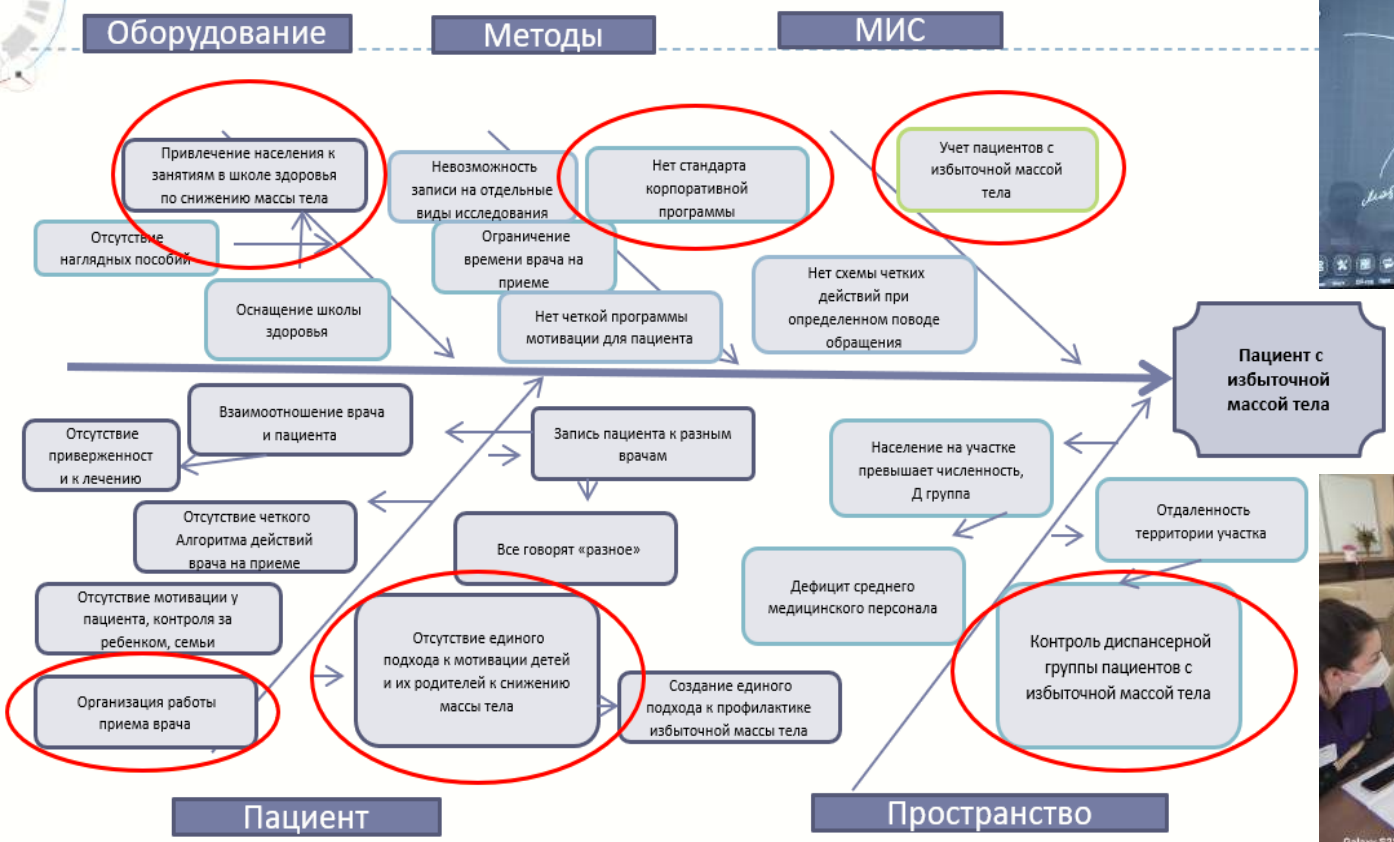
- Внедрение в практику корпоративной программы похудения для персонала, декомпозиция на прикрепленное взрослое и детское население
- Проведение обучения руководителей и сотрудников медицинской организации
- Закрытие проекта, подведение итогов по результатам работы

4. Непрерывное развитие (постоянно):

В настоящее время на постоянной основе осуществляется внедрение программы похудения для детей и организованных коллективов

СТЕНД ПРОЕКТА

Диаграмма ИСИКАВА



КАРТА ПРОЦЕССА

ТЕКУЩЕЕ СОСТОЯНИЕ



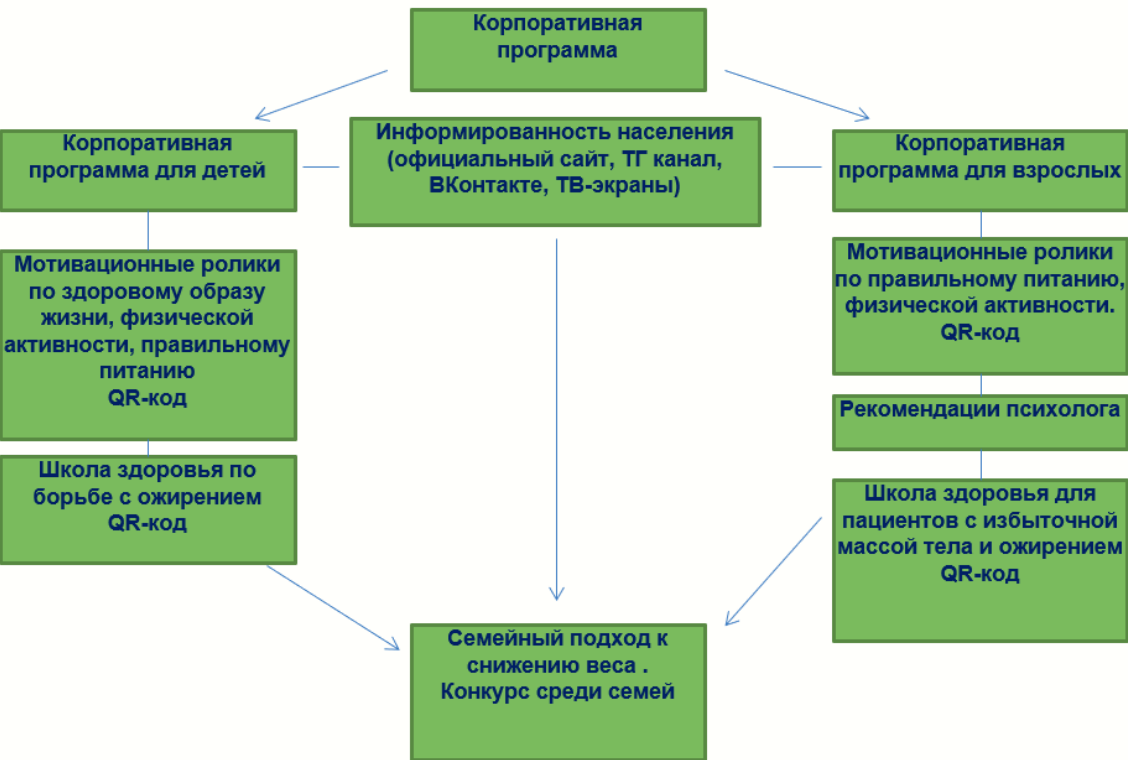
Карта текущего состояния процесса "Я худею"									
		1	2	3	4	5	6	Сумма, (рубли)	Всего, (рубли)
Оплата, (рубли)	по	1000	2	35	2000	450	1000	2350	0
Оплата, (рубли)	по							0	0
Перекладывание, (рубли)	по							0	0
Всего, (рубли)	по							0	0
1	Пациент с избыточной массой тела (дети, взрослые)	за время приема к врачу - терапевт, педиатру	по плану						
2	врач - педиатр, терапевт, врач-терапевт, врач-педиатр, врач-терапевт, врач-педиатр								
3	процедуры в кабинете, кабинет функциональной диагностики								
4	врач - терапевт								
5	кабинет здоровья								
6	кабинет здоровья								

№	Наименование проблемы
1	Отсутствие мотивации сотрудников.
2	Отсутствует программа по формированию здорового образа жизни.
3	Ограничение времени медицинских работников для информационно-разъяснительной работы по правильному питанию.
4	Школы здоровья имеют формальный характер, низкий процесс вовлеченности пациентов-медицинских работников.
5	Отсутствие семейных мероприятий.
6	Отсутствие детских (семейных) мотивационных роликов.

КАРТА ПРОЦЕССА

ЦЕЛЕВОЕ СОСТОЯНИЕ

Карта процесса: Целевое состояние



Карта целевого состояния процесса "Я худею"

		1	2	3	4	5	6	Сумма, (ед. изм.)	ВПП min, (ед. изм.)	ВПП max, (ед. изм.)
Время, (ед. изм.)	Операции, (мин.)	max	1440	2	15	15840	4320	1440	23057	
		min						0		
	Ожидания, (мин.)	max						0		
		min						0		
	Перевешивания, (мин.)	max						0		
		min						0		
Участники процесса	1	Пациент с избыточной массой тела (дети, взрослые)	медики: врач-терапевт, врач-диетолог, психолог	люди в поликлинике						
	2	врач - педиатр участковой, врач - терапевт участковой, отделение профилактики		информация: личность, возраст, анамнез, жалобы, данные измерений на исследуемый						
	3	процедурный кабинет, кабинет функциональной диагностики		прохождение обследования						
	4	врач - эндокринолог		испытания для выявления, оценка результатов осмотра и анализа						
	5	школа здоровья		обучение основам правильного питания						

АНАЛИТИЧЕСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО КОЛИЧЕСТВЕННЫМ И КАЧЕСТВЕННЫМ ПОКАЗАТЕЛЯМ ПО ПРОЕКТУ

«Я худею!» Корпоративный проект

Мы худеем! Семейный проект

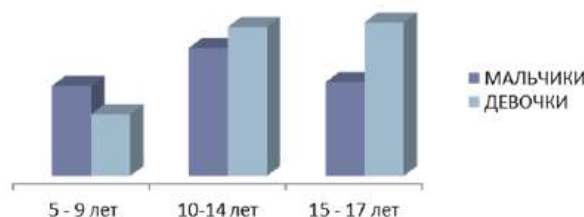
«Я худею» в организованных коллективах

ШАГ 1

Отбор кандидатов для командного проекта
В Конкурсе участвует 40 человек по 5 человек из 9 команд
Обязательное условие проведение Конкурса: взвешивание кандидатов (индивидуальное и командное) в соответствии с графиком
Разработка рациона питания на 30 дней, продуктовой корзины
Разработка комплекса спортивных занятий
Фото и видеотчет в группу Viber

ШАГ 2

Дети с избыточной массой тела ГАУЗ ТО «Городская поликлиника №12» по результатам 2023 года – 861 ребенок. Дети с 5 – 17 лет с избыточной массой тела 733 ребенка. По данным статистики преобладает избыточная масса тела у девочек.



ШАГ 3

По итогам проекта общее снижение веса составило более 90 кг, планируется 2-я волна проекта
АО «Согаз-мед»



«Я худею» взрослые

Критерии отбора:

Пациенты, прикрепленные к МО, старше 18 лет с ИМТ более 30,0 кг/м²

Сроки проведения программы:

Программа рассчитана на 60 календарных дней с момента первичного приема врача-терапевта отделения медицинской профилактики до получения окончательного результата

Медицинское сопровождение и оценка результатов:

Пациента сопровождают медицинские работники ОМП

На этапе оформления, пациента включают в группу наблюдения в Telegram

Ежедневно в группе ответственный сотрудник выкладывает программу питания и физических нагрузок на предстоящие сутки, разработанные и включенные в Программу по снижению веса занятия ЛФК, занятия с психологом, мотивационные ролики

В течение дня сотрудник МО получает обратную связь от пациента в виде фото- и видеofиксации рациона питания и физических нагрузок

Взвешивание осуществляется очно в еженедельном режиме сотрудником ОМП

При очном посещении проводятся групповые занятия в школе по снижению веса



Школа здоровья по снижению
избыточной массы тела и ожирению

ГБУЗ ТО «ГОРОДСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА №12»



«Мы худеем!» семья

Критерии отбора:

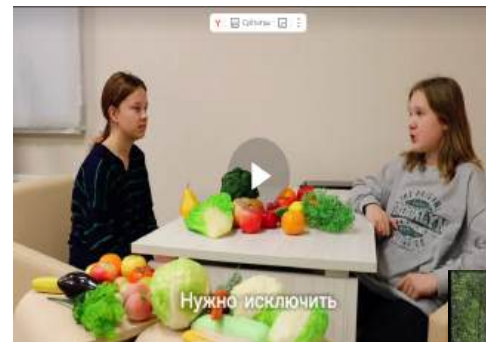
Проводится путем консультирования медицинским специалистом ОМП о наличии или отсутствии противопоказаний гражданина и членов его семьи
Формируются команды по количеству членов семьи
Снижение веса имеет командный соревновательный характер

Сроки проведения программы:

Программа рассчитана на 60 календарных дней с момента первичного приема специалиста отделения медицинской профилактики до получения окончательного результата

Медицинское сопровождение и оценка результатов:

Всю семью сопровождают медицинские работники ОМП
На этапе оформления, пациентов включают в группу наблюдения в Telegram
Ежедневно в группе ответственный сотрудник выкладывает программу питания и физических нагрузок на предстоящие сутки, разработанные и включенные в Программу по снижению веса занятия ЛФК, занятия с психологом, мотивационные ролики, детям о правильном питании рассказывают дети и медицинский психолог
В течение дня сотрудник МО получает обратную связь от пациентов в виде фото- и видеофиксации рациона питания и физических нагрузок
Взвешивание осуществляется очно в еженедельном режиме сотрудником ОМП (учитывается общий командный вес)
При взвешивании проводятся групповые занятия в школе по снижению веса
Программа похудения проводится в 3 этапа. На 3 этапе определяется команда-победитель!



Школа для детей с избыточной массой тела и ожирением

ГБУЗ ТО «Городская поликлиника №12»
Занятие №1



«Я худею!» корпоративный проект

Критерии отбора:

К участию в Конкурсе допускаются работники любого предприятия, требования к стажу работы по специальности и наличию квалификационной категории не предъявляются. По заявлению формируются команды по 5 человек
Снижение веса имеет командный соревновательный характер

Сроки проведения программы:

Программа рассчитана на 60 календарных дней с момента первичного приема специалиста отделения медицинской профилактики до получения окончательного результата

Медицинское сопровождение и оценка результатов:

Команды сопровождает медицинские работники ОМП
На этапе оформления, сотрудников организации включают в группу наблюдения в Telegram
Ежедневно в группе ответственный сотрудник выкладывает программу питания и физических нагрузок на предстоящие сутки, разработанные и включенные в Программу по снижению веса занятия ЛФК, занятия с психологом, мотивационные ролики,
В течение дня сотрудник МО получает обратную связь от сотрудников в виде фото- и видеофиксации рациона питания и физических нагрузок
Взвешивание осуществляется очно в еженедельном режиме сотрудником ОМП (учитывается общий командный вес)
При взвешивании проводятся групповые занятия в школе по снижению веса
Программа похудения проводится в 3 этапа. На 3 этапе определяется команда-победитель! С участием работодателя возможно проведение процедуры награждения команды-победителя!



ПИРАМИДА ПРОБЛЕМ

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

Недостаточная информированность населения о пропаганде здорового образа жизни, обучению правильному питанию
Заинтересованность медицинских работников в пропаганде ЗОЖ.
Нехватка медицинского персонала, большая загруженность на приеме для осуществления мероприятий по информированию/консультированию пациентов

РЕГИОНАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

Разработка наглядной информации, мотивационных материалов о правильном питании
Разработка листовок, памяток о правильном питании

УРОВЕНЬ МЕДИЦИНСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

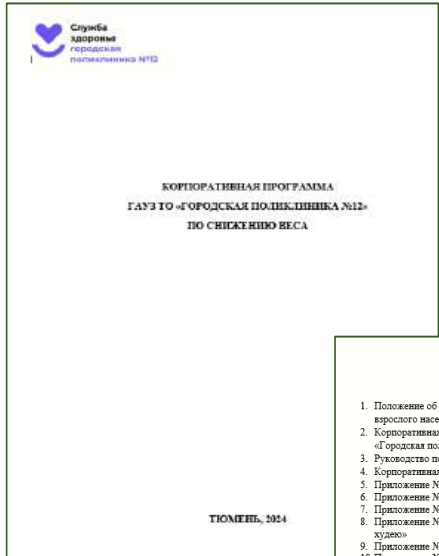
Нет четкой программы мотивации для пациента
Отсутствие приверженности к лечению
Отсутствие четкого Алгоритма действий врача на приеме
Отсутствие мотивации сотрудников.
Отсутствует программы по формированию здорового образа жизни
Школы здоровья имеют формальный характер, низкий процесс вовлеченности пациентов-медицинских работников
Ограничение времени медицинских работников для информационно-разъяснительной работы по правильному питанию
Отсутствие семейных мероприятий
Отсутствие детских (семейных) мотивационных роликов

ФЕСТИВАЛЬ ПРОЕКТОВ РАВНЫЙ УЧИТ РАВНОГО ТЮМЕНСКАЯ ОБЛАСТЬ

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

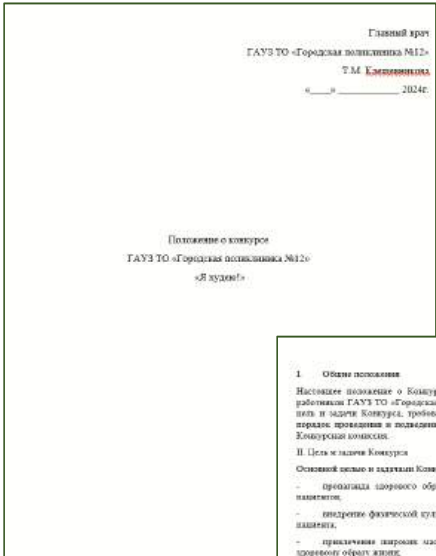
№	Проблема	Мероприятия по решению	Ответственные	Срок	Ожидаемый результат
1.	Недостаточная информированность родителей и детей о профилактике ожирения	1.1. Провести анкетирование детей по вопросам приверженности к питанию. 1.2. Проведение школы здоровья «Профилактики избыточной массы тела ожирения у детей и взрослых». 1.3. Создание корпоративной программы	Заведующие детскими лечебно-диагностическими отделениями Касенова АА, Попова Ю.И. Заведующий ОМП Пескова О.В.	04.03.2024 – 05.04.2024	1. Определение целевой группы детей и взрослых, включенных в Проект. 2. Повышение охвата диспансерным наблюдением детей и взрослых, страдающих Избыточной массой тела и ожирением.
2.	Ограничение времени медицинских работников для информационно-разъяснительной работы по правильному питанию и отказу от вредных привычек	2.1. Составить списки детей с избытком массы тела на основании данных проведенного в 2023 Профилактического осмотра детей. 2.2. Работа с диспансерной группой, факторами риска 2.3. Создание единой корпоративной программы для взрослого и детского населения	Заведующие детскими лечебно-диагностическими отделениями Касенова АА, Попова Ю.И.	01.05.2024- 01.06.2024	1. Работа с семьей по устранению факторов риска с использованием «мотивационной кампании» 2. Работа с коллективом 3. Снижение общей массы тела среди участников программы
3.	Недостаточная информированность организованных коллективов о проведении мероприятий по снижению веса, отсутствие заинтересованности (соревновательного интереса)	3.1. Разработка Положения о проведении конкурса среди организованных коллективов 3.2. Работа с организованными коллективами, проведение практических мероприятий, взвешивания, обучающих занятий...	Заведующий сектором ВКК и БМД Тюменцева Н.В. Заведующий ОМП Пескова О.В.	04.03.2024 – 05.04.2024	1. Работа с организованными коллективами, соревновательный дух мероприятия способствует наибольшему результату по снижению веса, как среди команды, так и личного результата

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА



СОДЕРЖАНИЕ:

1. Положение об организации «Школы по снижению массы тела и ожирению» для городского населения
2. Корпоративная программа по снижению массы тела для сотрудников ГАЗУЗ ТО «Городская поликлиника №12»
3. Руководство по детскому питанию и физической активности
4. Корпоративная программа для детей и взрослых «Мы худеем!»
5. Приложение №1: Презентационный материал школы здоровья
6. Приложение №2: Видеоролик по детскому питанию
7. Приложение №3: Видеоролик по занятиям ЛФК
8. Приложение №4: Положение о конкурсе ГАЗУЗ ТО «Городская поликлиника №12» «Я худею!»
9. Приложение №5: Корпоративный флеш-моб-эстафета «Я худею»
10. Приложение №6: Результаты корпоративной программы «Я худею»: фотоотчет
11. Приложение №7: Школа здоровья для детей №1
12. Приложение №8: Школа здоровья для детей №2
13. Приложение №9: Школа здоровья для детей №3
14. Приложение №10: Видеоролик для детей по здоровому питанию и физической активности
15. Приложение №11: Положение о конкурсе «Мы худеем!»
16. Приложение №12: Диалог с диетологом



1. Общие положения

Настоящее положение о Конкурсе, направленное пропагандировать здоровый образ жизни для работников ГАЗУЗ ТО «Городская поликлиника №12» «Я худею!» (далее-Конкурс) определяет цели и задачи Конкурса, требования к его организационному и финансовому обеспечению, порядок проведения и подведения итогов. Для подготовки и проведения Конкурса создается Конкурсная комиссия.

II. Цели и задачи Конкурса

Основной целью и задачами Конкурса являются:

- пропаганда здорового образа жизни среди сотрудников медицинской организации и населения;
- внедрение физической культуры и спорта в повседневную жизнь каждого сотрудника и пациента;
- привлечение широкого круга к активному занятию физической культурой и спортом, здоровому образу жизни;
- повышение уровня физической подготовленности и спортивного мастерства;
- укрепление сплоченности коллектива, формирование из сотрудников медицинской организации;
- поддержку инициатив медицинского работника;
- пропаганду массовой корпоративной культуры и этики.

Конкурс является приоритетным направлением в деятельности медицинской организации.

III. Условия проведения Конкурса

В участие в Конкурсе допускаются медицинские и немедицинские работники ГАЗУЗ ТО «Городская поликлиника №12». Требования к стажу работы по специальности и наличию квалификационной категории не предъявляются.

IV. Организация проведения Конкурса

Общее руководство Конкурсом осуществляет специально созданная комиссия.

Информационно-организационное сопровождение Конкурса осуществляет врач-секретарь ГАЗУЗ ТО «Городская поликлиника №12».

Состав комиссии по проведению Конкурса:

Председатель комиссии-Главный врач Каземинская Т.М.

Члены комиссии:

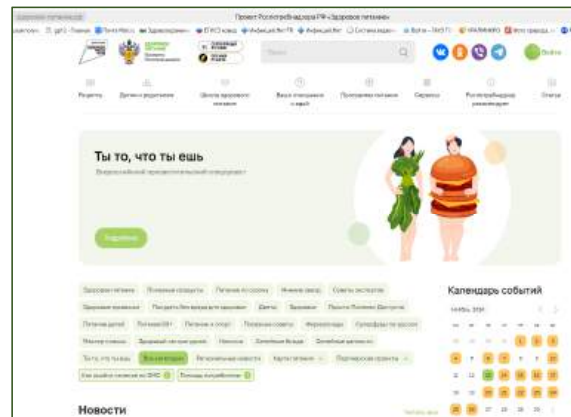
- заместитель главного врача Рязанова Е.А.
- главная медицинская сестра Нечаева Л.П.
- заместитель детской поликлиники Чулкина И.В.
- заместитель женской консультации Тарасова Н.В.



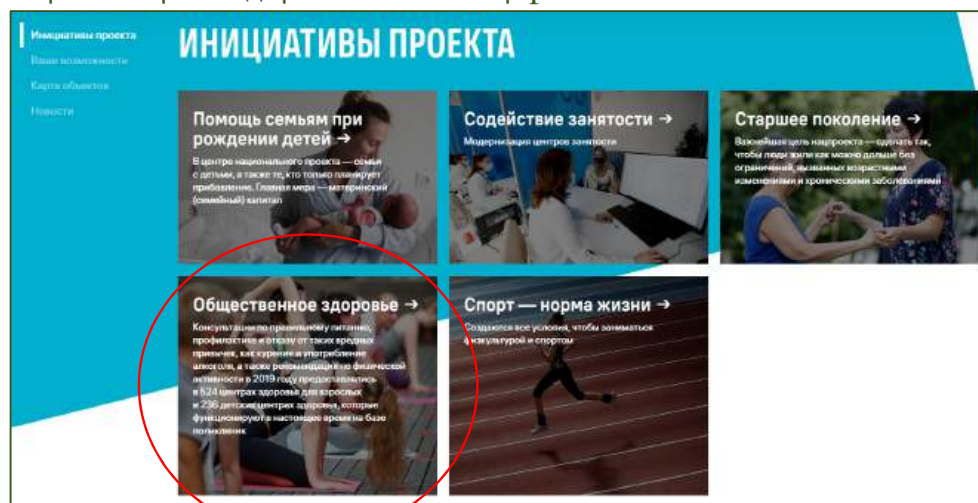
Актуальность и новаторство проекта

- По данным ВОЗ на 2024 год, избыточную массу тела имели 43% всех взрослых жителей планеты (от 18 лет), или 2,5 млрд человек. Для сравнения, в 1990 году показатель был на уровне 25%. При этом из 2,5 млрд человек ожирение зафиксировано более чем у 890 млн. Это почти в два раза больше, чем в 1990 году.

- В рамках национального проекта «Демография» и федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» Роспотребнадзор реализует мероприятия, направленные на продвижение принципов здорового питания, снижение дефицита микронутриентов и снижение темпов роста



Общее снижение
веса в ходе проекта
более 300 кг



ФЕСТИВАЛЬ ПРОЕКТОВ РАВНЫЙ УЧИТ РАВНОГО ТЮМЕНСКАЯ ОБЛАСТЬ 13

МОНИТОРИНГ УСТОЙЧИВОСТИ УЛУЧШЕНИЙ

- ✓ Определены целевые показатели и ответственные лица для тиражирования проекта
- ✓ Разработаны нормативные документы, установлены четкие сроки проведения очередных мероприятий
- ✓ Проведено анкетирование 50 участников проекта, 93% опрошенных отметили сохранение показателей, достигнутых в ходе реализации проекта
- ✓ Тиражирование настоящего проекта при участии СМИ региона
- ✓ Участие заинтересованных лиц в продвижении бренда проекта: Департамент по спорту и молодежной политики Тюменской области, Департамент образования Тюменской области, Департамент культуры Тюменской области

- ✓ Повышение заинтересованности медицинского персонала
- ✓ Мотивация сотрудников для достижения собственного результата как примера

- ✓ Расширение географии проекта с участием организованных коллективов
- ✓ Работа с семьями (взрослыми и детьми) с использованием разработанной программы



У настоящего проекта есть большие перспективы развития, в дальнейшем планируется индивидуальный подход к тиражированию, с учетом новых разработок!